



## 運動傷害防護處理

# MANAGEMENT AND PREVENTION OF SPORTS INJURY

本資訊僅提供本校師生參考。有著作權，非本校人員若欲使用本資訊，請洽本校取得授權。  
© (2008-2020) National Cheng Kung University ALL RIGHTS RESERVED.

### 基本素養 Basic Literacy

#### ☐ 人文素養

學生應具有憐憫、尊重、關懷、及服務他人的團隊精神之素養。

Humanism quality

#### ☐ 公民素養

學應有以人為主體的理念，具有主動、積極及參與社會之精神，並運用相關知識解決問題的能力。

Civic virtue

#### ■ 社會關懷

學生能對社會展現高度的關心及積極參與社會活動，瞭解專業倫理規範及社會不同層面之需求。

Social care

#### ☐ 國際視野

學生應具備放眼國際之軟實力，並將其扎根本土；能了解當前國際物理治療教育與實務之發展。

International vision

### 核心能力 Competence

#### ■ 專業與跨領域能力

學生能瞭解專業理論及其臨床問題，並能正確熟練地執行各項專業技術，同時具備跨領域學習能力。

Professional and transdisciplinary abilities

#### ■ 專業素養

學生能瞭解專業倫理規範並能於臨床過程中實踐，能瞭解專業價值並建立專業歸屬感。

Professionalism

#### ■ 思考與判斷能力

具備臨床決策能力、實證醫學的觀念、運用專業理論及技術解決臨床問題的能力。

Thinking and judgement abilities

#### ☐ 語言與溝通能力

開課系所 Department/Institute: 物治系  
Physical Therapy

開課教師 Instructor: 蔡一如 Tsai, Yi-Ju ;  
黃卉君

開課學年 Academic Year: 0107

開課學期 Semester: 2

開課序號 Serial Number: 124

課程屬性碼 Course No (Attribute Code):  
PT 3036

課程系統碼 Course System Number:  
I622500

分班碼 Class Code:

學分數 No. of Credits: 2

課程語言 Medium of Instruction: 中文  
Chinese

### 課程網址 Course Website:

### 先修課程或先備能力

### Prerequisite Course(s):

解剖學

### 教師聯絡資訊 Contact with Teacher

任課老師: 蔡一如

聯絡電話: 06-2353535 #5021

email: yijutsai@mail.ncku.edu.tw

### 助教資訊 Contact with Tutor

良好的英文聽寫能力。具備與他人溝通之能力、並能將專業的語言轉換成個案理解的語言之能力。

### Language and communication abilities

#### ■ 專業創新與終身學習的能力

學生應具備專業創新及獲取新知的能力、並體認終身學習的重要。

### Professional innovation and lifelong learning abilities

## 課程概述 Course Description

本課程提供入門學生了解運動傷害如何造成，以及如何協助、評估、處理預防運動傷害。不僅提供學生運動傷害的知識，更透過多樣技術及途徑使學生能在運動傷害發生第一時間作出反應。

Sports injuries frequently occur in the athletes or during activities in the home, recreational, intramural, and extramural settings. The course is designed to provide the entry-level student a comprehensive understanding of how sports injuries can occur, the assessment, evaluation, management and prevention of such injuries. The course not only provides the students the knowledge of sports injuries, but also fulfils the role of being a first responder to sports injuries and illness through using a variety of techniques and approaches.

## 課程學習目標 Course Objectives

- 使學生瞭解各式運動傷害評估模式，與緊急與慢性處置方式。
- 使學生熟悉人體動作及其在運動及復健過程中所扮演的角色。
- 訓練學生對運動傷害臨場防護的操作能力，以精進運動傷害評估與治療之觀念技巧。
- 落實本專業課程中的知識應用層面，培養學生主動學習、獨立思考、與解決問題的能力。
- 從事服務學習促進學生瞭解物理治療師所能扮演的角色與責任，以增進學生的專業認同度。

## 課程進度 Course Outline

週次 Week	進度說明 Progress Description
1	運動物理治療與運動醫學簡介: 場邊物理治療與隨隊物理治療 課程簡介、說明服務學

## 學習規範 Course Policy

## 評量方式 Grading

方法	百分比%
出席 Participation	20
作業 Assignments	20
小組報告 Group Projects	40
個人書面報告 Projects	20

## 教學方法 Teaching Strategies

方法	百分比%
講授 Lecture	15
報告 Presentation	15
個案研討 Case study	10
參訪 Visiting	10
其他:服務學習 others	50

※請遵守智慧財產權觀念 不得非法影印

**Please follow the Intellectual Property instruction and No illegal copy**

## 課程教材 Course Material

自編教材

## 參考書目 References

1. Managing sports injuries: a guide for students and clinicians. Christopher M. Norris. Edinburgh; New York: Churchill Livingstone/Elsevier, 2011.
2. Brukner & Khan's Clinical Sports Medicine. Brukner Peter. McGraw-Hill Australia Pty Ltd, 2012
3. Fundamentals of Sports Injury Management. Anderson & Parr. Lippincott Williams & Wilkins, 2011

	習課程內涵工作內容、學生進行分組 各小組分別至服務單位瞭解狀況，蒐集需要資料，與教練或老師討論未來合作模式
2	運動物理治療與運動醫學簡介: 場邊物理治療與隨隊物理治療 課程簡介、說明服務學習課程內涵工作內容、學生進行分組 各小組分別至服務單位瞭解狀況，蒐集需要資料，與教練或老師討論未來合作模式
3	專項運動: 動作分析與常見運動傷害 服務學習2小時
4	專項運動: 暖身與收操 服務學習2小時
5	運動訓練概論 服務學習2小時
6	週期化訓練課表設計與實作 服務學習2小時
7	放假 no class
8	運動恢復: 軟組織放鬆理論評估與實作 服務學習2小時
9	期中報告:專項競技運動分組動作分析(一)
10	期中報告:專項競技運動分組動作分析(二)
11	功能性動作評估(一) 服務學習2小時
12	功能性動作評估(二) 服務學習2小時
13	機構參訪: 國訓中心 服務學習2小時
14	國訓中心物理治療師經驗分享
15	專題討論(一)
16	專題討論(二)
17	小組個案討論與歷程經驗分享
18	服務學習成果發表展示與反思

以上每週進度教師可依上課情況做適度調整。The schedule may be subject to change.

### 課程是否與永續發展目標相關調查

#### Survey of the content relevant to SDGs

本課程與SDGs相關項目如下：

This course is relevant to these items of SDGs as following:

- 健康與福祉 (Good health and Well Being)

4. Athletic Taping and bracing, Perrin, D. H., Human Kinetics, 2005

5. 軟組織貼紮技術。鄭悅承、洪千婷、周柏青、陳貞吟、陳冠宇、胡家誠、翁舜頤。合記書局有限公司，2007

#### 備註 Remarks

## 有關課程其他調查 Other Surveys of Courses

1.本課程是否規劃業界教師參與教學或演講? 是, 約 4 次

Is there any industry specialist invited in this course?

How many times? Yes, about 4 times.

2.本課程是否規劃含校外實習(並非參訪)? 否

Are there any internships involved in the course? How many hours? No

3.本課程是否可歸認為學術倫理課程? 否

Is this course recognized as an academic ethics course? In the course how many hours are regarding academic ethics topics? No

4.本課程是否屬進入社區實踐課程?

Is this course recognized as a Community engagement and Service learning course? Which community will be engaged?